HANDBAL în 7

După turneul internațional

Despre progresul juniorilor și... timiditatea seniorilor

Tradițional pentru activitatea handbalului nostru, turneul internațional rezervat echipelor masculine și dotat cu „Cupa orașului București" a constituit un bun prilej de a verifica stadiul actual de pregătire al handbaliștilor noștri. Din acest punct de vedere, competiția a fost mult mai folositoare selecționatei de juniori a Capitalei, care a avut ocazia să întîlnească adversari puternici, diferiți ca stil de joc — ceea ce i-a supus pe tinerii noștri jucători la un serios examen.

Pentru acest motiv vom acorda întîietate în considerațiile noastre echipei de juniori a Bucureștiului, pepiniera de cadre a primei noastre reprezentative. Să începem cu ce ne-a plăcut în jocul tinerilor handbaliști romîni. În primul rînd, felul în care și-au organizat apărarea. Mobili, cunoscînd suficient de bine o serie de procedee tehnice ale jocului în apărare, destul de agresivi atunci cînd a fost necesar, componenții echipei de juniori au dat dovadă de un real progres. Ei au însă datoria de a-și perfecționa cunoștințele, în așa fel, încît aplicarea lor în joc să nu se facă timid, cu nesiguranță. Pentru că, tocmai din cauza acestei nesiguranțe, în unele jocuri (cu formația Skoplje), în apărare, echipa de juniori a Capitalei a avut momente de derută.

În privința organizării acțiunilor ofensive sînt de remarcat două lucruri. Mai întîi, prezența în lot a unor tineri care joacă bine în postul de pivot (Anghel, Marinescu, Samungi), care dacă ar fi fost folosiți mai mult rezultatele puteau fi, desigur, mai valoroase.

Cel de-al doilea lucru care a ieșit în evidență în jocul echipei de juniori a fost acela că îi lipsesc jucători cu forță de șut, care să amenințe poarta de la 9 m și care să tragă rapid și precis de la această distanță, pentru a obliga apărarea adversă să „iasă în față". Introducerea lui Hans Schmid după primul joc nu a rezolvat decît parțial această problemă. Prezența lui în echipă a determinat pe tinerii noștri handbaliști să-și axeze tot jocul pe obținerea de lovituri de la 9 m pe care Hans Schmid încerca să le transforme. O asemenea tactică nu are în general perspective. În viitor este necesar să se îmbine folosirea jucătorilor cu forță de șut cu angajarea pivoților. Atunci, apărarea va fi pusă în dificultate, poarta fiind amenințată de două „pericole": șutul de la distanță și finalizarea prin pivoți.

În încheiere, cîteva cuvinte despre prima noastră formație Seriam în cronica meciului cu Budapesta că handbaliștii acestei echipe nu sînt în forma care le-a adus titlul de campioni ai lumii. Ceea ce a contribuit la scăderea potențialului formației noastre a fost o inexplicabilă timiditate. Toate jocurile disputate în acest turneu jucătorii fruntași le-au început slab, timorat. De ce oare? Echipa dispune de handbaliști cu multă experiență a jocurilor internaționale și tocmai pentru acest motiv am fost mirați de nesiguranța cu care începea ea meciul. În definitiv pentru ce era necesar să lupți în final și să probezi abia atunci valoarea cînd acest lucru se putea face încă din prima parte a întîlnirii?

Am reținut doar cele mai importante aspecte legate de comportarea handbaliștilor noștri în acest turneu, avînd convingerea că ele vor folosi antrenorilor în scopul îmbunătățirii jocului.

CĂLIN ANTONESCU

Fază din meciul București (juniori) — Skoplje.
Foto: P. Romoșan

„CUPA SPORTUL POPULAR" — PRILEJ DE AFIRMARE PENTRU NOI ECHIPE ȘI TINERI JUCĂTORI

Sîntem în plin sezon handbalistic. Activitatea este extrem de bogată. După pasionantele întreceri masculine din cadrul „Cupei orașului București", au urmat alte întîlniri internaționale, de data aceasta feminine în cadrul aceleiași competiții tradiționale. Paralel, se desfășoară jocurile din „Cupa de iarnă".

Și totuși, amatorii de handbal în 7 — și aceștia sînt pe zi ce trece mai mulți, cuceriți de spectaculozitatea acestui sport — nu au trecut cu vederea partidele unei alte întreceri tradiționale: aceea a echipelor de juniori și junioare, „Cupa Sportul popular". Dimpotrivă. Sălile I.T.B. și — acum în urmă — Floreasca, care au găzduit jocurile tinerilor handbaliști din prima fază, au fost bine populate. Un singur fapt concludent. Duminică seară, după consumarea partidei feminine Berlin—Slavonia, spectatorii erau gata de plecare cînd au văzut că intră pe „teren" două echipe de juniori. Și atunci, majoritatea și-au reocupat locurile asistînd la întregul meci.

Într-adevăr, și duminica aceasta, și sîmbătă și în toate zilele în care au fost programate în cadrul „Cupei Sportul popular", meciurile au izbutit să captiveze pe spectatori, smulgînd deseori aplauze frenetice. Competiția aceasta nu numai că a făcut să crească numărul echipelor participante (în București, de pildă, la juniori au participat 12 echipe), dar a constituit un stimulent puternic prilejuind afirmarea unei serii de echipe (S.S.E. nr. 2, Rapid, Dinamo, Voința) și a unei întregi pleiade de elemente tinere talentate, ca urmare a muncii pricepute și entuziaste a multor antrenori. Ceea ce impresionează pe spectatori la aceste meciuri de juniori este disciplina (și fotbaliștii ar avea mult de învățat în această privință asistînd la ele) jocul organizat, orientat spre continuă mișcare, cu angajarea în special a pivoților și extremelor, cu pătrunderi spectaculoase și șuturi de la semicerc. O serie de jucători s-au remarcat în București, prin îndemînare, fantezie și chiar subtilitate, printr-un talent care le deschide frumoase perspective: Auner și Mengoni (Rapid-antrenor; Liviu Constantinescu), Iura, Chiculescu, Dian (Dinamo-antrenor Ilie Alex.), Gatu, Zamfirescu (S.S.E. 2-antrenor Fr. Spier), Dragoș Popescu, Marinescu, Roman (Voința-antrenor V. Pelenghian), Limbășescu, Bratiloveanu (S.S.E. 1-antrenor V. Gogiltan) etc. Parte dintre ei — fapt concludent — au și fost încercați în formațiile de seniori (Auner, Mengoni, Chiculescu etc.).

Asemenea vești bune ne-au parvenit și din țară, astfel că se poate afirma de pe acum că și această ediție — în curs de desfășurare — a „Cupei Sportul popular" este merită unui frumos succes, atingîndu-și scopul pe deplin.

★

Aseară s-au desfășurat ultimele meciuri feminine din cadrul fazei orășenești a **„Cupei Sportul popular"**. Iată rezultatele înregistrate: S. S. E. II — S. S. E. I 8—3 (4—2); C. S. Școlar — Rapid 12—9 (6—4).

Echipele bucureștene au obținut frumoase victorii

(Urmare din pag. 1)

au avut un început foarte bun, conducînd la un moment dat cu 13—7 (min. 32), dar spre sfîrșit — permițîndu-și cîteva momente de relaxare — au dat posibilitate adversarelor să se apropie și să piardă la o diferență de numai 3 puncte. Scor final: 14—11 (8—4) pentru selecționata de junioare a Capitalei.

REZULTATE TEHNICE:

București (junioare) — Berlin 14—11 (8—4). Au jucat: București (junioare): Farkaș (Konicek) — Ziegler 4, Melinte, Bain 1, Hedeșiu 2, Gheorghiță 2, Keul 1, Floroianu 4, Olaru, Vîrlan; Berlin: Gröpler (Krause) — Noack 1, Wörpel, Naumann, Pawlowski, Zacharzowski 2, Schulz 1, Weinhöffer 2, Schol 5; București I — Slavonia 17—7 (10—4). Au jucat: București: Anca — M. Constantinescu 4, Leonte 4, Ștefănescu 1, Nemetz 3, Botan 1, Neako 1, Oțelea 2, Frantz 1; Slavonia: Balen—Tomici 2, Milkovici 3, Roncevici 1, Zivkovici 1, Tarle, Ileș, Vukelici, Virag, Prpici.

Meciuri pentru „Cupa de iarnă": I.T.B. — Metalul 31—27 (13—14); C.S. Școlar — Flacăra roșie 29—21 (12—10).

La sfîrșitul întîlnirii, antrenorul formației, *Valeriu Gogiltan*, avea însă destule motive să nu fie prea mulțumit de evoluția jucătoarelor sale. *„Echipa a jucat destul de bine doar în prima parte a fiecărei reprize, după care — mulțumite parcă de rezultat — au început să urmărească mai mult acțiuni de mare efect. În plus, ele au tras de 10 ori în bară (!) și au ratat un 7 metri"* — ne-a declarat antrenorul *Gogiltan*. Și dacă am adăuga la acestea și faptul că *H. Konicek*, care a apărat poarta selecționatei noastre în repriza secundă, a primit cîteva goluri parabile, putem accentua faptul că echipa romînă putea cîștiga acest meci la o diferență mult mai mare. Și valoarea ei i-ar fi dat dreptul la aceasta pe deplin.

Formația berlineză a jucat mai bine ca în meciul de duminică, dar atacul s-a bazat din nou prea mult pe trăgătoarele de la distanță. Singurele jucătoare care au corespuns au fost *Erica Scholz* și *Karin Zacharzowski*.

Din echipa de junioare a Bucureștiului o comportare meritorie au avut: *Elena Hedeșiu, Rodica Bain, Felicia Gheorghiță, Hedwiga Ziegler* și *Maria Farkaș*. Bun arbitrajul lui *Hans Hawlowitz* (Austria).

A doua partidă a programului, cea dintre echipele București I și Slavonia, a adus jucătoarelor noastre o nouă victorie: 17—7 (10—4). În urma acestui succes, reprezentativa de senioare a Capitalei se află neînvinsă pe primul loc în clasament.

După un început timid (echipa Slavoniei a condus cu 1—0), handbalistele bucureștene și-au revenit, depășindu-și categoric adversarele. Ele au folosit cu mult succes contraatacurile, iar circulația mingii în atac a fost destul de bună. Diferența de scor putea fi mai mare dacă apărarea ar fi fost mai atentă în prima repriză și dacă în atac extremele ar fi fost folosite mai mult. Bun arbitrajul lui **Nikolai Suslov** (U.R.S.S.).

Astăzi se desfășoară ultimele meciuri ale turneului.

PROGAMUL DE AZI:

Ora 15,45: Rapid — Știința (m); ora 17.00: Dinamo — Steaua (m), meciuri pentru „Cupa de iarnă"; ora 18.30: București (junioare) - Slavonia; ora 19.30: București I — Berlin; ora 20.30: Festivitatea de închidere.

SPORTUL POPULAR
Pag. a 4-a **Nr. 3970**

VOLEI

Colțul specialistului

Muncă intensă în perioada pregătitoare — rezultate valoroase în campionat!

Turul campionatului categoriei A la volei ediția 1961/1962 a luat sfîrșit la 17 decembrie. A urmat o perioadă de odihnă activă. Singurele echipe care n-au întrerupt pregătirea sînt cele trei participante în „Cupa Campionilor Europeni", formațiile bucureștene Rapid, Progresul și echipa feminină Dinamo.

Pînă la reînceperea campionatului mai sînt aproape două luni, timp în care antrenorii și sportivii trebuie să depună o muncă intensă pentru a putea relua competiția la un nivel de pregătire superior.

Conform periodizării antrenamentului sportiv al echipelor din categoria A, ne aflăm în perioada pregătitoare, perioadă care are o deosebită importanță, întrucît ea creează baza pentru dobîndirea formei sportive.

După cum este cunoscut din teoria actuală, în perioada pregătitoare se disting două etape: prima etapă — de pregătire generală, iar cea de-a doua — de pregătire specială.

Ținînd seama de importanța deosebită a acestei perioade de pregătire, voi căuta să arăt care sînt sarcinile și mijloacele acestei perioade, adaptate la specificul voleiului.

Sarcina principală a primei etape o constituie refacerea rapidă a pregătirii fizice generale, ca bază pentru viitoarea pregătire tehnico-tactică.

Din cercetările întreprinse de specialiști, s-a constatat că nu este indicat ca după perioada de odihnă activă să se înceapă cu desăvîrșirea elementelor complicate de tehnică și tactică, care necesită o bună pregătire fizică (pasa din săritură, lovitura de atac, acțiuni în apărare cu mișcări rapide etc.).

Din lipsa unei temeinice pregătiri fizice, în această etapă, elementele de tehnică și tactică nu vor fi corect însușite. Mai mult chiar, acest lucru poate duce la traumatisme (degete, umeri, genunchi etc.). Mijloacele etapei de pregătire fizică generală: exerciții de dezvoltare fizică multilaterală și practicarea altor discipline sportive, în special atletism, gimnastică acrobatică, haltere, schi.

Tot în această etapă se realizează — în parte — și sarcina pregătirii tehnice, pentru restabilirea și întărirea bazei elementelor tehnice elementare cum ar fi: lovitura de atac, procedeu drept și din lateral (lungimea elanului, execuția corectă a bătăii, mișcarea corectă a trunchiului și a brațelor); primirea și pasarea mingii din servici și lovituri de atac ușoare, pase de pe loc, toate procedeele serviciului (nu în forță, ci realizarea constanței etc.).

În această etapă se recomandă să se facă trei antrenamente săptămînal, din care unul în aer liber. Se va pune un accent deosebit pe individualizarea în pregătire, ținîndu-se seama de nivelul de pregătire diferit al sportivilor cu care se lucrează. Antrenorul va stabili pentru fiecare voleibalist în parte norme de control care vor trebui îndeplinite către sfîrșitul etapei. Deoarece majoritatea echipelor și-a reluat pregătirea la 7 ianuarie, înseamnă că această perioadă va dura pînă în jurul datei de 18 februarie.

Etapa a doua, în care se va pune accentul pe pregătirea specială, are ca sarcină dobîndirea formei sportive. Pentru aceasta se va urmări dezvoltarea în continuare a pregătirii fizice generale, îmbunătățindu-se la maximum calitățile fizice speciale, perfecționarea elementelor și procedeelor tehnico-tactice. Printre calitățile fizice speciale ale unui jucător de volei, care se cer dezvoltate la maximum în această perioadă, sînt: forța de săritură și viteza de deplasare. Pe lîngă dezvoltarea generală a musculaturii, în această etapă se va pune un accent deosebit pe dezvoltarea mușchilor brațelor, ai palmelor și ai degetelor, care joacă un rol hotărîtor în execuția elementelor de bază în volei (pasă, atac, blocaj, servici).

O bună detentă depinde de gradul de dezvoltare a forței și vitezei, ea constituind condiția esențială pentru executarea și perfecționarea principalelor elemente tehnice (pasa din săritură, lovitura de atac, blocajul).

Detenta în volei se deosebește de cea din alte ramuri sportive. În afara detentei absolute (posibilitatea maximă de ridicare a centrului de greutate față de punctul de sprijin), la volei mai sînt necesare și alte calități ca: rezistența în săritură, îndemînarea de a executa o serie de mișcări în săritură și, ceea ce este caracteristic, detenta se execută pe vertical. Pentru dezvoltarea detentei se execută o serie de exerciții adaptate specificului acestui joc.

Pentru dezvoltarea vitezei de deplasare în orice direcție și din orice poziție, calitatea caracteristică în special jocului de apărare, se vor utiliza exerciții de viteză atletice, exerciții din gimnastică acrobatică, diferite ștafete, jocuri de mișcare etc.

Este de reținut faptul că, în această etapă, nu trebuie abuzat de un mare număr de exerciții care se deosebesc mult de specificul voleiului. Mijloacele pregătirii fizice generale vor ocupa un loc mai mic, atît cît să poată asigura menținerea nivelului atins. Durata acestei etape este de 3—4 săptămîni.

În ambele etape va trebui ca antrenorii să țină o strînsă legătură cu medicul, care este de un mare ajutor în atingerea formei sportive în mod științific.

În încheiere, amintim tehnicienilor noștri că încercările de a rezolva sarcinile deosebit de importante ale acestei perioade într-un timp „prescurtat", nu va duce la rezultatele dorite, fapt care se va reflecta direct în rezultatele sportive scăzute. De asemenea, insuficienta pregătire fizică generală și specială va avea consecințe negative asupra sănătății sportivilor, față de care trebuie să avem o mare răspundere.

prof. ION TAKACS
antrenor federal la volei

SCHI

„Cupa Cristianul Mare"

POIANA BRAȘOV, 29 *(prin telefon)*. Timpul frumos și zăpada bună au permis desfășurarea în condiții favorabile a concursului de verificare „Cupa Cristianul Mare", organizat de comisia de specialitate a orașului Brașov. Schiorii de la Dinamo, Casa Ofițerilor, Voința și Olimpia Brașov au dovedit că, în ciuda condițiilor grele de lucru create de zăpada puțină din ultimele săptămîni, ei s-au pregătit cu perseverență. Ninsoarea căzută în cursul zilelor de sîmbătă și duminică va permite însă de acum îmbunătățirea antrenamentelor și intensificarea pregătirilor în vederea curselor de slalom uriaș și coborîre.

Iată rezultatele „Cupei Cristianul Mare", concurs desfășurat în Kantzel (slalom special, două manșe a cîte 38 de porți): SENIORI: 1. N. Iovici (Dinamo) 67,2 (32,8+34,4); 2. N. Șuteu (Casa Ofițerilor) 67,7 (33,6+34,1); 3. V. Șuteu (Dinamo) 68,4 (34,2+34,2); SENIOARE: 1. Ana Scherer (Voința) 93,7; 2. Monica Klokner (Casa Ofițerilor) 108,6; 3. Helga Czoppelt (Olimpia) 113,2; JUNIORI: 1. B. Haidu (Dinamo) 100,1; 2. T. Orghidan (Casa Ofițerilor) 100,6; 3. Fr. Tzinte (Casa Ofițerilor) 102,0.

ION CAȘA
antrenor

Concursul de verificare a săritorilor brașoveni

POIANA BRAȘOV, 29 **(prin telefon)**. Duminică s-a desfășurat pe trambulina din Poiana Brașov un concurs de verificare a săritorilor brașoveni. Au participat 22 de concurenți (10 seniori și 12 juniori). Întrecerile s-au bucurat de condiții atmosferice favorabile. Iată rezultatele tehnice: JUNIORI: 1. Gh. Tănase (Olimpia) 191,1 p; 2. I. Buzoiu (Olimpia) 190 p; 3. Gh. Voinea (Olimpia) 184,9 p; SENIORI: 1. Fl. Voinea (Dinamo) 216,5 p; 2. N. Munteanu (Dinamo) 209,5 p; 3. Șt. Burețea (Casa Ofițerilor Brașov) 204 p; 4. I. Colceriu (Olimpia) 190,4 p; 5. V. Prișcu (Olimpia) 189,2 p.

CAROL GRUIA-coresp. regional

Buletinul zăpezii

Ninsorile căzute în ultimele trei zile în jumătatea de nord a țării și în regiunea de munte au depus un strat mai însemnat de zăpadă. În dimineața zilei de 29 ianuarie grosimea stratului de zăpadă era următoarea: Sinaia 25 cm, Predeal 25 cm, Fundata 14 cm, Rarău 13 cm, Semenic 24 cm, Tarcu-Godeanu 35 cm, Parîng 15 cm, Păltiniș 11 cm.

Pentru zilele ce urmează este de așteptat un val de aer rece care va trece peste toată țara. În munți va ninge în primele două zile, apoi cerul va fi variabil, mai mult senin. Vîntul va sufla tare din sectorul nordic, iar după 1 februarie va sufla din sectorul vestic și va slăbi din intensitate. Temperatura va scădea apreciabil în primele 3—4 zile, apoi va crește simțitor, trecînd ziua peste 0 grade. Actualul strat de zăpadă se va mări cu cîțiva centimetri primele două zile, apoi va fi tasat de vînt și va face crustă.